

## To Do List RENTRÉE :

## LES BONNES HABITUDES À (RE)METTRE EN PLACE AVEC LES PATIENTS !



**DEUX BROSSAGES PAR JOUR PENDANT 2 MINUTES. MATIN ET SOIR, AVEC UNE BROSSSE SOUPLE. ET LA TECHNIQUE B.R.O.S.**

## Méthode &amp; fréquence

- ✓ Avec une brosse manuelle ou électrique, souple et changée tous les trois mois.
- ✓ 1 fois par jour à l'eau, dès la première dent jusqu'à 2 ans, puis avec du dentifrice jusqu'à 3 ans.
- ✓ Méthode 1.2.3.4 de la naissance à 6 ans.
- ✓ 2 fois par jour de 3 à 8 ans.
- ✓ 2 fois par jour selon la technique B.R.O.S. à partir de 6 ans.



**BROSSETTES INTERDENTAIRES (EN COMPLÉMENT DU BROSSAGE)**

Utilisation en amont de chaque brossage, pour des espaces trop larges où le fil serait inefficace pour nettoyer les espaces interdentaires.

## Méthode F.I.L

- ✓ Humidifiez la brosette et insérez-la délicatement en la tenant légèrement inclinée vers l'avant.
- ✓ Faites un petit mouvement circulaire pour faciliter l'insertion.
- ✓ Effectuez un mouvement de va-et-vient.
- ✓ Rincez bien après usage.



**UTILISER UN DENTIFRICE AU FLUOR À PARTIR DE 3 ANS AVEC UN DOSAGE ADAPTÉ À L'ÂGE DE L'ENFANT.**

## Méthode &amp; fréquence

- ✓ L'utilisation du dentifrice fluoré doit se faire sur une brosse à dents sèche pour maintenir ses propriétés sur la surface dentaire.

## Quel dentifrice ?

## En cas de risque carieux faible

- ✓ Une trace de dentifrice à 1 000 ppm jusqu'à 3 ans.
- ✓ Un petit pois de dentifrice à 1 000 ppm jusqu'à 6 ans.
- ✓ Puis à partir de 6 ans, jusqu'à l'âge adulte, on utilisera un dentifrice avec un dosage de fluor de 1 000 à 1 450 ppm.

## En cas de risque carieux

- ✓ Une trace de dentifrice à 1 000 ppm jusqu'à 2 ans.
- ✓ Un petit pois de dentifrice à 1 000 ppm de 2 à 3 ans.
- ✓ Un petit pois de dentifrice à 1 450 ppm de 3 à 6 ans.
- ✓ Puis un dentifrice à 1 450 ppm jusqu'à 10 ans, à 2 500 ppm jusqu'à 16 ans et 5 000 ppm au-delà.



**FIL DENTAIRE TOUS LES SOIRS**

Utilisation en amont de chaque brossage pour nettoyer les espaces interdentaires et éliminer la plaque dentaire déposée entre les dents.

- ✓ Dès le plus jeune âge.
- ✓ Dès que les deux dents se touchent.

## Méthode F.I.L

- ✓ Prenez du fil entre vos deux mains.
- ✓ Insérez délicatement le fil dentaire entre deux dents adjacentes et laissez-le glisser le long de ces dents (ne pas forcer)
- ✓ Libérez l'espace en retirant le fil et recommencez sur tous les espaces entre vos dents.



**ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE**

Une alimentation équilibrée sans grignotage pour limiter les attaques acides bactériennes sur les tissus dentaires.

## Recommandations

- ✓ Limitez le grignotage durant la journée : pas plus de quatre prises alimentaires par jour.
- ✓ Préférez une alimentation dure à une alimentation molle. Cette dernière étant plus collante, elle adhère plus aux dents et favorise la prolifération des bactéries à l'origine des caries.
- ✓ La mastication d'aliments durs permet chez l'enfant un bon développement des structures osseuses et musculaires de la face.
- ✓ Évitez les boissons sucrées et acides comme les sodas et boissons énergisantes et autres eaux minérales parfumées qui, malgré leur transparence, sont sucrées.
- ✓ Préférez les sucres non cariogènes de la famille des polyols comme le xylitol. Attention aux sucres cachés contenus notamment dans les chips, les gâteaux apéritifs, le ketchup, les aliments préparés...
- ✓ Consommez des produits sucrés de préférence au cours des repas.
- ✓ Rincez-vous la bouche à l'eau claire à la fin du repas. Rincer sa bouche à la fin du repas permet l'élimination des particules de nourriture maintenues entre les dents et limite les pics acides qui attaquent les dents après chaque prise alimentaire.

# Pratiques

## Assistant(e)s dentaires

n°7

La newsletter au service de l'évolution de votre métier

Septembre 2020



## 3 idées reçues !

**Je suis cardiaque, mes dents sont donc plus fragiles.**

**FAUX :** Être cardiaque et prendre beaucoup de médicaments ne rend pas les dents plus fragiles, mais nécessite de garder de très bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaires.

**Le protège-dents n'est conseillé que pour les sports de combat.**

**FAUX :** Ces dispositifs de protection sont indispensables lors de la pratique de toutes les disciplines où le contact physique, ou des chocs violents, sont possibles.

**Les femmes sont plus assidues à leurs rendez-vous de contrôle chez le dentiste que les hommes ?**

**VRAI :** 69 % des femmes adoptent un comportement plus préventif et sont plus nombreuses à consulter un dentiste que 46 % des hommes n'ont pas eu de visite chez le dentiste depuis au moins un an. (Étude du 20 Mars 2019 / Le printemps du sourire)

### Une vie sans carie, c'est possible si on met en place une prévention le plus tôt possible.

Actuellement, pour la majorité des enfants, l'âge de la première visite est 6 ans, d'après les données de remboursement de l'Assurance Maladie. Cet âge est bien trop tardif pour la mise en place des conduites préventives nécessaires dès les premières dents. À 6 ans, pour une partie des enfants, il y a déjà une situation dentaire fortement dégradée qui aura des conséquences tout au long de leur vie.

C'est pour cela que l'UFSBD incite les familles par des actions de proximité à envisager autrement la santé bucco-dentaire de leurs jeunes enfants. Pour mettre en place les bons gestes au quotidien et un suivi professionnel dès le plus jeune âge dans le but de favoriser l'acclimatation au cabinet dentaire et prodiguer des conseils personnalisés.

**Quelles sont ces actions de proximité ?**

**Vers les enfants de 2 à 3 ans, l'UFSBD propose un parcours préventif mis en place avec des partenaires (communes, assurances...)**

- Formation de 2 heures pour les professionnels en crèche
- Sensibilisation des parents sous forme de conférence interactive d'une heure
- Ateliers ludo-pédagogiques pour les enfants de 2-3 ans

**Pour les enfants en maternelle : des actions de sensibilisation, composées d'ateliers ludiques :**

- Le brossage sur Maxi-Mâchoire avec la Maxi-Brosse
  - Jeu de la Petite souris sur l'alimentation
  - Visionnage de la vidéo *Boubou l'Hippopotame*
- Pouvant s'accompagner selon le contexte d'un dépistage individuel.

Toutes ces actions visent à porter quatre messages clefs.

1. L'importance de l'hygiène dentaire dès la première dent
2. Le rôle de l'équilibre alimentaire pour la santé dentaire
3. L'importance de l'utilisation d'un dentifrice fluoré
4. Et un suivi professionnel tout au long de la vie

Maintenant, à vous de prendre le relais lors de l'accueil de ces jeunes patients pour leur faire une bonne première impression qui les marquera positivement tout au long de leur vie.

### La minute philo' avec le Dr Pauline CHARDRON-MAZIÈRE

Imaginez que vous fabriquiez un kaléidoscope... Vous savez comment manipuler l'objet et vous pouvez l'expliquer simplement avec des mots, des dessins, des vidéos, des gestes...

Vous proposez ce kaléidoscope à quelqu'un en lui parlant de l'effet de beauté qu'il rend. Il est intéressé.

Vous lui enseignez comment s'en servir en lui garantissant de voir de magnifiques images. Il écoute, regarde l'objet, l'essaye un peu puis le délaisse en vous remerciant sans prendre le temps de regarder attentivement à l'intérieur.

Au-delà de nos explications savantes et de nos démonstrations pratiques aux techniques de prophylaxie, peut-on éduquer le patient au « souci de soi », concept platonicien de l'epimeleia heautou (premier Alcibiade) repris par Michel Foucault (Histoire de la sexualité) ? Peut-on lui apprendre à accepter de vivre des expériences pour se connaître et se transformer « en mieux » ?



# DÉVELOPPEZ VOS COMPÉTENCES ET VOS CONNAISSANCES SUR LE THÈME DE « LA SANTÉ ORALE DES PATIENTS »

## 1 • Pourquoi l'éducation du patient relève-t-elle des compétences et des missions de l'assistant(e) dentaire ?

Les assistant(e)s dentaires sont en première ligne pour renforcer la démarche globale de prise en charge des patients.

## 2 • Pourquoi avez-vous imaginé cette formation ?

Cette formation continue permet de mettre en place une communication simple pour évoquer la maladie carieuse ou parodontale, ses risques, ses solutions.

Il y a nécessité de bien choisir les mots, les attitudes et les outils afin d'accompagner le patient pour des changements durables.

## 3 • Comment se décompose la formation ? Que vont y trouver les assistant(e)s ?

Au travers de cette formation de 7 heures, les assistant(e)s pourront capitaliser leurs connaissances. La formation aborde :

- l'enseignement avec l'information, l'explication de la maladie carieuse ou parodontale et l'enseignement des méthodes de brossage ;
- la motivation du patient avec l'observance des conseils par le suivi.

## Conclusion

À l'issue de la formation, une attestation de formation UFSBD leur sera remise, attestant leurs connaissances.



✓ **La rentrée scolaire : le retour des bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire !**

*Les vacances d'été sont une période généralement caractérisée par un relâchement des bonnes habitudes. La rentrée est un bon moment pour la reprise de ces habitudes quotidiennes. C'est pourquoi les assistant(e)s dentaires peuvent, par des conseils bienveillants sensibiliser, les parents sur les bonnes méthodes de brossage !*

### Conseils pour les 0/6 ans

Pour un brossage de dents efficace, il faut adopter le bon matériel. À chaque âge sa brosse à dent adaptée, mais aussi son dentifrice. Compte tenu de l'évolution de la dentition et de la taille de bouche, la brosse à dents qu'utilise l'enfant doit être adaptée à son âge.

Le dentifrice fluoré a également son importance puisque les besoins en fluor ne sont pas les mêmes selon l'âge : 1 100 ppm jusqu'à 3 ans ; et 1 450 ppm de 3 à 6 ans.

À partir de 2 ans, apprenez à votre enfant à se brosser les dents, avec une brosse à petite tête arrondie et l'équivalent d'un « petit pois » de dentifrice.

### Conseils pour les 6/12 ans

Après 6 ans, il pourra se brosser les dents comme un grand ! À 6 ans, la motricité de l'enfant s'affine,

lui permettant de passer au brossage B.R.O.S., qu'il conservera toute sa vie.

Une technique qui consiste à Brosser le haut et le bas séparément, en utilisant sa brosse comme un Rouleau pour brosser dents et gencives du rose vers le blanc, en inclinant également la brosse à l'Oblique à 45° sur les gencives.

6 ans, c'est aussi l'âge des premières molaires définitives : Cibles favorites des caries ! Être attentif aux premières molaires définitives est essentiel à 9 ans comme à 12 ans pour les deuxièmes molaires définitives. Un suivi d'autant plus important qu'à 9 ans, les dents de lait et dents définitives cohabitent, ce qui rend le brossage plus difficile.

### Conseils pour les 12/18 ans

A partir de 12 ans, un rappel des règles fondamentales et les risques encourus est donc essentiel, car nos chers « ados » sont moins sensibles à l'hygiène dentaire et alimentaire.

C'est aussi la dernière chance d'engager un traitement d'orthodontie, qui pourra être pris en charge par l'Assurance Maladie. Mais le plus important est d'ancrer les bonnes habitudes : car le sourire de demain se prépare aujourd'hui !

La visite de contrôle permet également de sensibiliser aux bonnes habitudes d'hygiène bucco-dentaire mais aussi de prévenir des risques liés au piercing buccal, au tabac, à la drogue et à l'alcool.

C'est un étape clef qui permet d'expliquer comment utiliser le fil dentaire, mais aussi de sensibiliser sur les dangers du grignotage.

## ÉDUCATION À LA SANTÉ ORALE

Faites de vos patients des acteurs de leur santé

cl@sse Virtuelle  
ufsbd  
UNION FRANÇAISE POUR LA SANTÉ BUCCO-DENTAIRE

Le jeudi 22 octobre 2020  
Classe Virtuelle **en direct**  
9h00-12h30 / 14h00-17h30

Tarif de la formation :  
**210 €**

(Prise en charge OPCA EP/ACTALIANS)

